

# 体験様式に着目した大学生アスリートが訴える投・送球イップスの長期化要因の理解と臨床心理学的援助

向, 晃佑

<https://hdl.handle.net/2324/4784385>

---

出版情報：九州大学, 2021, 博士（心理学）, 課程博士  
バージョン：  
権利関係：

氏 名 : 向 晃佑

論 文 名 : 体験様式に着目した大学生アスリートが訴える投・送球イップスの  
長期化要因の理解と臨床心理学的援助

区 分 : 甲

## 論 文 内 容 の 要 旨

本論文では、体験様式に着目して、大学生アスリートが訴える投・送球イップスの長期化要因を理解し、臨床心理学的援助について検討することを研究課題とし、①投・送球イップスを経験した大学生アスリートの語りを通してイップス体験プロセスを検討すること、②選手の語りと個人の注意様式および競技動作の様子を視座として、体験様式の観点からイップスの長期化要因について検討すること、③投・送球イップスを訴える大学生アスリートへの臨床心理学的援助の意義と可能性について検討することを目的とした。

第2章では、複数の投・送球イップス経験者の体験プロセスを比較することで、イップスに苦しむ状態から抜け出そうと試行錯誤するイップス体験プロセスを明らかにすることを試みた。イップスから抜け出す過程に着目すると、イップスに陥ったあと、多くの選手は投・送球ミスをイップスと捉えることで不安が高まり、更なるミスが誘発されるという悪循環に陥っていたことが示された。そして、イップスに陥った選手は自身の投・送球ミスに対する体験の仕方(体験様式)によって、悪循環が強化される、もしくは改善される可能性が示唆された。また、イップスから抜け出した選手に共通した経験や径路が示され、できる送球を繰り返して成功体験を積み重ねていく、時間的な間を置くなど、投・送球ミスに対する体験様式が変化するきっかけとなるような経験をしていたことが示された。つまり、イップスから抜け出す上で、投・送球ミスに対する体験様式の変化は必要なプロセスであると考えられた。

第3章では、この体験様式の違いを生む要因として、個人の注意様式に着目した。また、選手がどのような状態像なのかではなく、選手自身がその問題をどのように体験しているのかを重視し、これまで論じられてきた様々なイップスの様態を包括的に捉え、選手が特定の競技場面において、それまで可能であった動作の遂行が著しく困難になったと感じている状態を“動作困難感”と定義した。その上で、動作困難感の出現及び持続性と個人の注意様式との関連を検討し、個人の注意様式がイップスの長期化に与える影響を明らかにすることを試みた。大学生野球部員を対象とし、TAIS (Test of Attentional and Interpersonal Style) の注意尺度を用いて検討を行った結果、動作困難感の出現と個人の注意様式との関連は示されず、どのような選手にも起こり得る問題であることが推察された。しかし、動作困難感の持続性に関しては、動作困難感が持続し、長期化している選手ほど、注意の狭小化という焦点の切り替えの難しさを抱えやすいことが示唆された。これらのことから、動作困難感の持続性には注意様式との関連があり、問題が長期化する選手ほど、注意の狭小化という注意特性を抱えやすいことが考えられた。

第4章では、第2章及び第3章で得られた知見から、ミスが続く悪循環を強化させるような投・送球ミスに対する体験の仕方(体験様式)が存在し、それがイップスの長期化要因であるという仮

説を立て、検討を行った。イップスが長期化する選手特有の投・送球ミスに対する体験様式の様相を明らかにすることを目的として、調査時点で投・送球イップスを訴える2名の選手を対象にした調査を行った。具体的には、第2章と同様にイップスに陥る前から現在に至るまでのイップス体験プロセスに焦点を当てたインタビューを行い、第3章で扱ったTAISによって測定される注意様式とその修正変数である対人関係も指標とした。さらに、イップスを心理学的視点から捉える上でも身体的症状に着目する必要性が指摘されていることをふまえ、競技場面のビデオ撮影を行い、実際の競技場面での動作を指標として取り入れた。このように、面接調査を通して得られた選手の語り、注意様式および対人関係、さらには実際の競技場面において観察された動作の3側面から選手の投・送球ミスに対する体験様式を捉えていくこととした。その結果、選手の語りやTAISの結果から推察された投・送球ミスに対する体験様式の特徴は、投・送球ミスが続く状態を強化するようなものであると考えられた。第3章の知見をふまえると、選手の語りや注意特性から選手の投・送球ミスに対する体験様式を推察し、選手が訴える問題の長期化要因を理解することが可能であることが示唆された。さらに、実際の競技動作場面の様子が選手の投・送球ミスに対する体験様式を理解する一助となったことから、イップスのような動作上の問題を抱える選手の支援においては、実際の動作をふまえた問題の理解が肝要であると考えられた。

第5章では、送球イップスを訴える大学生に対して臨床動作法を適用した事例を報告し、イップスに対する臨床動作法の適用についての検討を試みた。介入前は、イップスを自覚しながらも心理的問題として認めることに抵抗があり、イップスの原因を身体的要因のみに帰属させ自己対処不可能な問題と捉えていた。動作法による介入を通して、悪送球を引き起こしていた動作上の問題が解消されると同時に、「投げられない」という問題に対する体験の仕方（体験様式）の変容が生じ、結果としてイップスの改善が認められた。事例を通して、イップスを訴える選手の支援においては、体験様式といった心理的側面だけでなく、パフォーマンスの低下を引き起こす動作上の問題についても同時的にアプローチしていく必要性が考えられた。このことから、心身両面に対して同時にアプローチ可能な臨床動作法は有効な支援法であり、特に心理的問題として扱われることに抵抗を抱く選手にとっては、受け入れやすいアプローチであると推察された。

第6章では、各章の研究について概要をまとめ、本論文の成果を整理した。本論文では、投・送球ミスに対する体験の仕方（体験様式）が、大学生アスリートが訴える投・送球イップスの長期化要因となっていることを示し、臨床心理学的支援の意義と可能性を示した。そして、その体験様式に迫るために、イップスをめぐる語りや注意様式といった主観的側面だけでなく、客観的側面を含む心理的活動としての動作をふまえたアプローチの重要性を示した。特に、イップスのような身体症状を訴える選手に対する臨床心理学的支援において、主体の心理的活動としての動作に着目する意義を示したことは、本論文の独自性であると言える。